



治療女性排尿 控制問題的手術

很多女性在咳嗽，打噴嚏或做運動時會漏尿或尿濕褲子（稱為**壓力性小便失禁**）。雖然可以先試用很多治療方法，但有些女性需要通過手術解決這個問題。

甚麼引致排尿控制問題？

排尿控制問題主要由骨盆底肌肉及支撐它們的組織的損傷所引致。

骨盆底由多層肌肉及其他組織組成。這些肌肉及組織像吊床一樣，從背後的尾骨延伸至前面的恥骨，將膀胱及陰道夾在中間。骨盆底肌肉有多種作用，如：

- 幫助關閉膀胱，陰道（陰道口）和直腸（肛門）；及
- 幫助將膀胱，子宮及直腸維持在適當位置。

你可從資料單張“三分一生過孩子的女性會小便失禁”中查閱更多關於骨盆底肌肉的資訊。當骨盆底肌肉由於以下原因變弱時，就會出現排尿控制失常：

- 肌肉缺乏運動；
- 懷孕及生孩子；
- 便秘；
- 超重；
- 提舉重物；
- 長期持續性咳嗽（如吸煙者的咳嗽或患哮喘）；或
- 年紀越來越大。

如何治療排尿控制問題？

大多數女性可以透過鍛練加強骨盆底肌力來更好地控制排尿，這一點很令人寬慰。資料單張“女性骨盆底肌肉鍛練”告訴你如何進行鍛練。你的醫生，理療師，或排便科護士亦可幫助你。

治療女性排尿 控制問題的手術

在甚麼情況下需要做手術？

對於少數女性而言，許多較簡單的方法可能無助於排尿控制，而漏尿會令日常生活變得困難。這類案例可能需要做手術。**切勿將手術視為第一選擇**。任何手術都有風險。你必須跟外科醫生討論這些風險。

最常見的是甚麼手術？

目前有多種方法可將人造網帶放入體內來支撐膀胱頸。當膀胱頸得不到支撐而引致欠佳的排尿控制時，這些網帶十之八九會有效。這類手術可採用全身或局部麻醉。手術通常只在當日就可完成。

還有哪些其他選擇？

陰道尿道懸吊術（Burch colposuspension）利用體內縫線在膀胱頸底部形成一條懸帶。這可以透過開腹或微創手術完成。

凝膠注射劑亦可注入膀胱頸及周圍使其膨脹，這樣就能更好地閉合。這些凝膠的效果或有效時間比不上其他手術，但操作簡單而且出現問題的可能性較低。重複一次，你應該跟醫生討論手術的風險。

有甚麼新治療方法？

有關治療小便失禁的方法的研究一直在進行。要等一段時間才可得知研究中的新療法是否有效。

治療女性排尿 控制問題的手術

你要向外科醫生瞭解甚麼？

同意做手術之前，你應該跟你的外科醫生作詳細的討論。列出你想問的問題。問題可以包括：

- 為什麼替你選擇這種手術；
- 手術效果如何；
- 手術具體步驟；
- 在短期及長期內可能出現甚麼問題；
- 會留下甚麼樣的傷疤，會有甚麼痛楚；
- 你需要休多長時間病假；
- 需要多少費用；以及
- 效果可持續多長時間？

尋求幫助

並非只有你有此問題。欠佳的排尿控制透過治療可以痊癒或較容易管理。

致電聯絡全國排便節制幫助熱綫（National Continence Helpline）的專家顧問，免費索取：

- 資訊；
- 建議；及
- 資料單張。

免費電話* 1800 33 00 66（星期一至星期五上午8時至晚上8時），或

瀏覽此網站：www.bladderbowel.gov.au

幫助熱綫由聯邦政府的全國排便節制管理策略（National Continence Management Strategy）資助並受澳洲排便節制基金會（the Continence Foundation of Australia）管理。

幫助熱綫可透過電話傳譯服務（TIS）安排傳譯員。請於星期一至星期五致電 13 14 50，並要求轉接幫助熱綫。

瞭解排尿控制問題的治療選擇。

* 用手機打出收取相應費用。

